

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan selama dua siklus dengan setiap siklus memiliki 4 tahapan yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap observasi dan tahap refleksi. Dengan menggunakan teknik pemberian informasi yaitu dengan memberikan dan menjelaskan materi sekaitan dengan kecanduan *gadget* siswa dan teknik *self manajement* yaitu dengan mengarahkan siswa untuk mengelolah diri sendiri dengan melalui 3 tahap yaitu pemantauan diri (*self monitoring*), kontrak dengan diri sendiri (*self kontrak*), dan penguasaan terhadap rangsangan (*self control*). Berdasarkan analisis bahwa implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik pemberian informasi dan teknik *self manajement* dapat mengatasi kecanduan *gadget* siswa kelas VIII B di SMP PGRI Marinding. Hal ini dapat diketahui adanya penurunan kecanduan *gadget* siswa dari hasil angket pada setiap siklus.

Siklus I mencapai hasil (50%) yaitu 3 orang siswa berubah dari kategori kecanduan tinggi menjadi kategori kecanduan sedang dan (50%) yaitu 3 orang siswa masih berada pada kategori kecanduan tinggi. Selanjutnya mengalami peningkatan perubahan perilaku kecanduan *gadget* pada siklus II yaitu mencapai hasil (83%) yaitu 5 orang siswa mengalami

perubahan dimana 2 siswa berubah dari kategori tinggi menjadi kategori sedang dan 3 siswa berubah dari kategori sedang menjadi kategori rendah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik pemberian informasi dan teknik *self manajement* dapat mengatasi kecanduan *gadget* siswa kelas VIII B SMP PGRI Marinding.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya dari kesimpulan di atas maka saran dari peneliti yaitu :

1. Bagi kepala sekolah, diharapkan dapat memfasilitasi sarana dan prasarana bimbingan dan konseling dan menambah jumlah tenaga guru bk disekolah agar proses layanan bimbingan konseling dapat berjalan lebih efektif.
2. Bagi guru bimbingan dan konseling, diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang kecanduan *gadget* siswa dengan menggunakan teknik *self manajement* ataupun menggunakan teknik bimbingan konseling lainnya. Serta diharapkan juga guru bimbingan dan konseling dapat melaksanakan teknik-teknik konseling dalam pengentasan masalah siswa agar lebih optimal dan efektif.
3. Bagi siswa, diharapkan setelah diterapkan bimbingan kelompok dengan teknik pemberian informasi dan teknik *self manajement* dapat

memberikan wawasan dan informasi baru serta melatih diri dalam membatasi penggunaan *gadget*.

4. Bagi peneliti lain, diharapkan dapat memberikan referensi yang berhubungan dengan kecanduan *gadget* siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik pemberian informasi dan teknik *self manajement*.